

# 令和4年 10月 こんだてひょう

〒708-0014  
津山市院庄1039-1  
社会福祉法人 院庄さくらこども園  
TEL 28-2475  
FAX 28-2150

| 行事                                                                                 | 日  | 曜 | 献立名                                            | 3歳未満児追加        | 10時おやつ<br>※3歳以上児はお茶のみです | 3時おやつ              |
|------------------------------------------------------------------------------------|----|---|------------------------------------------------|----------------|-------------------------|--------------------|
|                                                                                    | 1  | 土 | きつねうどん きのこソテー<br>オレンジゼリー                       | チェリー缶          | か し                     | か し                |
|                                                                                    | 3  | 月 | 牛丼 ちくわの磯辺揚げ 小松菜のおかか和え<br>豆乳クリーム入りプリン           | レーズン           | チーズ                     | ミルク<br>カラメルバナナマフィン |
|                                                                                    | 4  | 火 | ご飯 さごしの竜田揚げ なます<br>じゃがいものオーロラサラダ ピオーネ          | 味付けのり          | Caウエハース                 | ミルク・パンせんべい         |
|                                                                                    | 5  | 水 | チーズパン ささみのあけぼの焼き 中華スープ<br>カリフラワーのサラダ オレンジ      | コーン            | 干しプルーン                  | 混ぜ込みいなり            |
|                                                                                    | 6  | 木 | ご飯 鮭のレモン焼き もやしのナムル<br>糸昆布とピーマン煮 梨              | 黒豆             | スティック人参                 | ミルク<br>ゴマとチーズクッキー  |
|                                                                                    | 7  | 金 | ご飯 野菜炒め 高野豆腐<br>大根と油揚げの味噌汁 パナナ                 | おつゆ麴           | 煮干し                     | ヨーグルト&ビスコ          |
|    | 8  | 土 | 運 動 会 (パン・りんごジュース)                             |                |                         |                    |
|                                                                                    | 10 | 月 | ス ポ ー ツ の 日                                    |                |                         |                    |
|                                                                                    | 11 | 火 | 大豆カレー かぼちゃのバター焼き レバーの生姜煮<br>コールスローサラダ 福神漬け 柿   | チーズ            | 昆布                      | ミルク<br>うさぎのカップケーキ  |
|                                                                                    | 12 | 水 | ロールパン 白身フライ ポパイサラダ<br>ポトフ風スープ ヨーグルト            | コーンフレーク        | りんご                     | ミルク・塩やきそば          |
|                                                                                    | 13 | 木 | ご飯 すき焼き風煮 フライドポテト<br>焼き豚いんげん グレープフルーツ          | ごま塩            | 干しプルーン                  | ミルク・シュガースコーン       |
|                                                                                    | 14 | 金 | ご飯 鯖のねぎ味噌焼き 金時豆<br>豚汁 マスカット                    | うず巻き麴          | スティック人参                 | 茶巾絞り               |
|                                                                                    | 15 | 土 | ナポリタン 豆腐サラダ<br>フルーチェ                           | ブロッコリー         | か し                     | か し                |
|                                                                                    | 17 | 月 | ご飯 エビのかき揚げ もずく酢<br>切干大根の煮物 オレンジ                | きなこ            | 煮干し                     | ミルク<br>いちごクリームサンド  |
|                                                                                    | 18 | 火 | クロワッサン 牛肉のケチャップ炒め サラスパサラダ<br>クリームシチュー パナナ      | カリフラワー         | チーズ                     | わかめおにぎり            |
|  | 19 | 水 | お 弁 当 の 日 (園 外 保 育 )                           |                | ビスコ                     | みるくもち              |
|  | 20 | 木 | 赤飯 からあげ かぼちゃのそぼろあんかけ<br>小松菜と厚揚げの味噌煮 プリン        | 干しプルーン         | スティック人参                 | カルピス<br>バースデーケーキ   |
|  | 21 | 金 | 巻き寿司 豚大根 ブロッコリーサラダ<br>すまし汁 梨                   | とろろ昆布          | ふかし芋                    | おかしつり              |
|                                                                                    | 22 | 土 | 焼きうどん ジャーマンポテト<br>フルーツヨーグルト                    | きゅうりの<br>青じそ和え | か し                     | か し                |
|  | 24 | 月 | ひじきご飯 たらのバターしょうゆ 春雨の中華和え<br>レバーのケチャップ炒め 粕汁 牛乳寒 | 白玉麴            | バナナ                     | ミルク・オープンクラッカー      |
|                                                                                    | 25 | 火 | 芋粥 お好み焼き風卵焼き 昆布巻<br>もやしの梅和え りんご                | 味付けフレーク        | 干しプルーン                  | ミルク・あんぱん           |
|                                                                                    | 26 | 水 | レーズンパン 鶏のマリネ ポテトサラダ<br>コーンスープ オレンジ             | ブルーベリー<br>ジャム  | Caウエハース                 | ミルク<br>くるくるかぼちゃパイ  |
|                                                                                    | 27 | 木 | ご飯 赤魚の煮付け コーンとウインナー天<br>きゅうりとわかめの酢の物 柿         | ふりかけ           | 昆布                      | ミルク<br>チョコチップケーキ   |
|                                                                                    | 28 | 金 | ハヤシライス さつま芋のバター焼き<br>白菜の青じそサラダ パナナ             | しらす干し          | スティック人参                 | 飲むヨーグルト・ラスク        |
|                                                                                    | 29 | 土 | 豆乳担々麺 がんと青菜煮<br>杏仁豆腐                           | 金時豆            | か し                     | か し                |
|  | 31 | 月 | ハロウィンライス ハンバーグ パンプキンサラダ<br>ほうれん草のソテー ハロウィンデザート | 花型人参           | りんご                     | ミルク<br>ハロウィンカップケーキ |



…運動会



…お弁当の日(園外保育)



…お誕生日会



…おまつりごっこ



…クッキング(オープンクラッカー)



…ハロウィン



…お楽しみランチ



…おまつりごっこ



…クッキング(オープンクラッカー)



…ハロウィン



…お楽しみランチ



…おまつりごっこ



…クッキング(オープンクラッカー)



…ハロウィン



…お楽しみランチ



…おまつりごっこ



…クッキング(オープンクラッカー)



…ハロウィン



…お楽しみランチ



…おまつりごっこ



…クッキング(オープンクラッカー)



…ハロウィン



…お楽しみランチ